

中醫藥動態

逢周五刊出

學會訪京拜會相關部門團體

港註冊中醫爭取議政



▲(左起)范佐浩、馮玖、王國強、于文明、陳抗生

世界中醫藥學會聯合會秘書長李振吉教授(中)歡迎香港註冊中醫學會慈善基金製作的中醫藥預防流感單張,並建議上載網站,與市民大眾分享中醫藥保健訊息



香港註冊中醫學會訪京之行,拜會國家衛生部門領導及中醫藥團體,對於本港中醫專業的發展,以及業界對社會的貢獻,得到當局的充分肯定。中醫界亦匯報了加強公眾健康推廣的發展計劃,並展示出履行社會責任,爭取議政機會推動香港中醫藥事業發展的決心。

王國強:香港是連接全球視窗

訪京團於四月一日抵達北京,期間得到衛生部副部長兼中醫藥管理局局長王國強接見,他指出香港是連接全球的視窗,希望香港註冊中醫學會能帶領業界,發揮優勢,為中醫藥走向世界作出應有的貢獻。中醫藥管理局副局長于文明等出席了會見。

馮玖:特區政府缺前瞻政策

香港註冊中醫學會會長兼訪京團團長馮玖承認,本港中醫界近十年有長足的發展,專業地位得到肯定是很重要的里程碑,惟特區政府未有對中醫藥業制定前瞻性政策,現時的行政立法當局亦缺乏業界代表,令中醫藥界難以飛躍進步。她表示,本港中醫界多年來期望參與立法會議政工作,日後仍會盡力爭取這公民權利和義務。

尤蘭田:團結力量擴大影響

訪京團又拜會了統戰部副部長尤蘭田。尤部

長呼籲,中醫界應團結力量,擴大在社會上的影響力,並積極支持特區政府施政,共建和諧。香港註冊中醫學會慈善基金主席陳抗生作出回應,衷心感謝國家一直對本港中醫藥界給予極大支持,學會屬下的慈善基金將不負眾望,開展更多面向社會的公益活動,透過推廣健康教育,展示中醫藥對防護健康的特長和優勢,履行醫療專業的社會責任。

訪京團此行亦與國內的中醫藥團體進行座談,包括:中華中醫藥學會和世界中醫藥學會聯合會,促進兩地專業交流,並謀求日後更多學術和臨床上的合作,促進中醫專業人員的素質提升。



▲香港註冊中醫學會訪京團圓滿成功,在北京鳥巢合照留念

玉林藥博會推藥膳美食

【本報記者王剛南專電】記者從第二屆中國(玉林)中醫藥博覽會新聞發布會上獲悉,廣西玉林市決定於今年六月十八日舉辦第二屆藥博會。

玉林中藥藥材市場是中國第三大中藥藥材市場。玉林製藥生產的「正骨水」、「濕毒清」膠囊等產品一直在港澳台和東南亞享有較好聲譽。目前,玉林中藥藥材產業從業人員有六千多人,年交易額十億元以上,2009年首屆藥博會貿易成交額達到十二億元人民幣。2008年香港特區衛生署署長林秉恩在玉林中藥市場考察時曾表示,玉林在中醫藥領域與香港的合作潛力很大。

據了解,第二屆藥博會增設保健美食板塊,共有經貿、學術、文化、保健美食四大板塊九項活動。藥膳美食將是這屆藥博會的新亮點,飲食保健漸成一種潮流,藥膳也是兩廣、港澳的比較傳統的保健方式,預計這個板塊將更加吸引參會者的目光。玉林市副市長戴毅毅告訴記者,首屆藥博會辦得非常成功,這是玉林市會展業由綜合性展會向專業性展會轉型的一次成功探索。將有二百多家藥品、醫療器械(設備)廠商以及一百多家醫院參會,這將對國內各地藥品和醫療器械(設備)生產廠家、採購商具有極大吸引力的一個平台。

俵朝壯醫納醫師資格考試

經國家衛生部醫師資格考試委員會批准,從今年開始,俵、朝、壯醫考試結束試點,正式納入國家醫師資格考試。今後,壯醫每年一考,俵醫、朝醫兩年一考,單數年施考。

據悉,俵醫醫師資格考試經過4年試點,中醫(朝醫)專業、中醫(壯醫)專業醫師資格考試經過2年試點後,有效地規範了俵、朝、壯醫從業人員的執業行為,進一步壯大了俵、朝、壯醫專業技術人員隊伍,逐步完善和發展了俵、朝、壯醫教育、醫療、科研體系。將俵、朝、壯醫納入國家醫師資格考試,對於推動俵、朝、壯醫傳承和發展,探索其他民族醫人員依法行醫的途徑將具有重要意義。

加拿大孔子學院 首辦中醫講座班

加拿大埃德蒙頓孔子學院近日舉辦首期中國醫學講座班,特邀麥卡文大學的華人教授主講中醫入門、中藥、針灸、常見病例分析和治療,每講時長一個半小時。為了能讓更多的加拿大人了解這一古老傳統的中國文化,埃德蒙頓孔子學院特面向社會大眾推出中醫講座,作為中加系列講座中的一個組成部分。中醫講座班受到了學員的歡迎。

亳州藥市人氣爆棚

【本報記者孫軍、通訊員鄧書揚亳州電】2010年(金虎年)中國亳州藥市開市活動日前在亳州中藥材交易中心舉行,交易市場內一派繁忙、火爆景象。據安徽省亳州市市長牛錫銘介紹,自2003年起該市連續第8年與北京同仁堂聯手舉辦藥市開市儀式,吸引了境內外萬餘藥商集聚亳州。

亳州是漢代著名醫學家華佗的故鄉,素有「中華藥都」之稱,現已發展成爲全國最大的藥材集散地,年銷售收入突破200億元。在國內中醫藥界流傳着「藥不到亳州不全,藥不到亳州不靈」之說。

記者在亳州市採訪獲悉,作爲國內規模最大、品種最多、設施最好、功能最全的中藥材市場,中國(亳州)中藥材交易中心日客流量約6萬人次,上市品種近3000個,年交易額150億元,業已形成藥材種植、加工、研發、文化旅游等產業鏈。

3年打造養生亳州

亳州作爲道家文化、中醫藥文化與酒文化的發源地,目前正在全力實施《中華藥都 養生亳州3年行動計劃》,規劃建設「藥、酒、文化」三大板塊,構建「中藥產業、養生文化旅遊產業、中醫醫療保健服務」三大體系、圍繞三大體系用3年時間完成30項具體工作,力爭3年時間,初步把亳州打造成特色鮮明、文化厚重、產業發達的養生之都、健康之城。



亳州藥市一位老藥商在自己的攤位前向客商展示中藥材 (張延林攝)

註冊中醫學會慈善基金開展社區活動 中醫藥保健嘉年華5·1沙田舉行



踏入春季,本港天氣乍暖還寒,氣候潮濕,是流行性感冒的多發季節。為照顧大眾對防病保健,抵抗流感的關注,香港註冊中醫學會慈善基金以「健康之道,從小到老;中華醫藥,傳家之寶。」爲口號,舉行一系列老幼皆宜的活動,將保健訊息帶入社區,促進公眾對個人健康的關注,並增加市民對中醫藥的認識。

其中的重點節目——中醫藥保健嘉年華,將於二零一零年五月一日下午一時,假沙田大會堂廣場舉行,與全港市民分享健康之道。慈善基金已邀得國家衛生部副部長兼中醫藥管理局局長王國強,爲活動的開啓擔任首席嘉賓,屆時更有本港衛生部門官員和政商界人士,共襄盛舉。

中醫藥保健嘉年華的節目豐富,包括大極示範、專題健康對談、中醫體質諮詢、攤位遊戲、預防流感展版等等,更有精美禮品及預防流感光碟免費派發,資訊與娛樂並重,歡迎公眾參加。

中醫藥講座

快樂與養生

香港公共圖書館與香港大學專業進修學院中醫藥學部合辦「中醫藥與健康生活」系列講座,於4月25日(星期日)下午2時30分至4時,在石塘咀公共圖書館,由王維峰醫師以普通話主講「快樂與養生」講座,歡迎市民免費參加。查詢:29226055。

中醫與糖尿病

基督教聯合那打素社康服務舉辦「中醫與糖尿病」免費講座。詳情如下:
日期:2010年4月27日(星期二)
時間:下午1時—2時
費用:全免(名額有限,先到先得)
地點:九龍彌敦道208-212號四海大廈14樓1401室(佐敦地鐵站D出口)
報名及查詢:3427 9377(基督教聯合那打素社康服務)

香港丁士芸醫師治療黃褐斑

香港中醫丁士芸自1982年移居香港至今近三十載,一直從事中醫的臨床研究,積累了豐富的臨床經驗。丁老自五十年代至八十年代近三十年間在上海曙光醫院及龍華醫院皮膚科,致力於中醫、中西醫結合臨床、教研工作。行醫五十餘年的臨床實踐,尤其對治療慢性濕疹、黃褐斑以及免疫性皮膚病如紅斑狼瘡、銀屑病等疑難雜症有獨到而寶貴的經驗,其臨證具有獨到的辨證思路,療效甚佳,特整理論述,供同道參考。前文(四月二日刊出)介紹了黃褐斑的中醫藥分型、辨證治療和外治法;本文續推介食療法和起居調攝。

的

臨證經驗(下)

□馮丹 (香港註冊中醫學會副會長)

起居飲食調攝

治療後在日常生活中也要注意起居飲食的調攝:

(1) 每天食用含維生素C的蔬果,因為維生素C不僅能夠抑制黑色素的形成,而且還有氧化還原作用,大量的維生素C可使顏色較深的氧化性色素,漸漸還原到淺色甚至無色。富含維生素C的食品有:荔枝、龍眼、核桃、西瓜、蜂蜜、梨、大棗、菠菜、蘋果、橘子、蘿蔔、蓮藕、冬瓜、番茄、大蔥、柿子、絲瓜、香蕉、黃瓜等。

(2) 含高感光的食物如:芹菜、胡蘿蔔、

香菜最好晚上吃,食後不要在陽光下曬。以避免黑色素沉着。

(3) 注意防曬:注意防曬是不分季節的,白天看不到陽光但還會有紫外線;還有環境空氣污染。使用防曬霜時一定要選擇防曬指數在30以上的防曬霜。特別是外出郊遊更要塗抹防曬指數更高的防曬霜。

(4) 面部有斑點的女生要注意經期保養,多吃些有助於子宮內瘀血排出的食物。充足睡眠、愉悅情緒、少煙少酒也很重要。

治療體會

1 黃褐斑是一種常見的多病因素障礙性皮膚病,目前尚無徹底根治的方法。現在醫學研究認為:黃褐斑病因與內分泌障礙、神經系統功能失調、化妝品中汞鉛銅鉍超標、日光照射、懷孕及口服避孕藥;遺傳等因素有關。其防治措施主要從抑制黑色素細胞增生,防止黑色素顆粒形成,加速黑色素顆粒降解及降低黑色素細胞活性等方面入手。酪氨酸酶是皮膚黑色素生物合成的主要限速酶,控制其活力即可控制黑色素生成量,從而達到治療黃褐斑的目的。

2 黃褐斑中醫稱「黧黑斑」、「黃褐斑」、「蝴蝶斑」、「妊娠斑」、「肝斑」等,與肝脾腎三臟關係密切。主要病機爲,氣滯血瘀,氣血不能上榮於面,如《諸病源候論》中所說:「面黧黑者,或臟腑有痰飲,或皮膚受風邪,皆令氣血不榮而致」。臨牀證明,結合病因病機、辨證論治理論,採用中藥內外合治方法,可以達到標本兼治的目的。丁老治療上從肝脾腎三臟入手,以疏肝理濕,化痰祛瘀爲主,通過調整臟腑功能,疏通經絡氣血,使臉理

得養,瘡疹新生膚色光潤潤澤;而面膜膏是根據傳統中醫理論和現代藥理研究配製而成,借助藥物作用,改善局部組織營養,具有溫通血脈、活膚化癥、養血祛瘀、潤澤肌膚的功效,能有效改善局部微循環,抑制色素沉着。

3 採用中藥「內服外用」治療黃褐斑,其核心是辨證施治,標本兼治。因此治療時應注意以下四個方面:

(1) 辨證要準確,在活血祛瘀的治療基礎上進行疏肝、健脾、補腎,因人而宜,辨證加減;

(2) 配合中藥面膜膏外治,做面膜前可進行面部熱噴或離子導入,以有利於藥物吸收;

(3) 本病的療程較長,要持之以恆,不可急於求成;

(4) 皮膚和人的情感密切相關,情志的異常變化,是致病的重要因素。解除病因,尤其是要注重心理疏導,保持樂觀,爭取患者的配合,也是治療黃褐斑的一個重要環節。

(全文完)

食療法

黃褐斑與飲食有密切關係。丁老認爲:飲食中長期缺乏谷胱甘羥,可使皮膚內的酪氨酸形成多巴胺,進而氧化成多巴素,形成黑色素,從而發生色素沉着。因此,合理飲食對防治黃褐斑有一定效果。實踐證明,黃褐斑患者要經常攝入富含維生素C的食物,如柑橘類水果、西红柿、青辣椒、山楂、鮮棗、獼猴桃、新鮮綠葉菜等。因為維生素C爲抗氧化劑,能抑制皮膚內多巴胺的氧化作用,使皮膚內的深色氧化型色素轉化爲還原型淺色素,抑制黑色素的形成。因此,經常吃富含維生素C的食物,可使色素減退,對防治黃褐斑大有益處。



(3) 三仁美容粥

【材料】桃仁、甜杏仁、白果仁各10g,雞蛋1個,冰糖10g,粳米50g。

【方法】將桃仁等3味研成細末;粳米淘洗乾淨,放沙鍋內,加桃仁等3味中藥細末和適量水,旺火煮沸,打入雞蛋,改用文火燉粥。粥成時加入白糖調勻。每日1劑,早餐食用。

【功效】活血化癥、潤腸通便、護膚美膚功效。

【適應症】常服此粥能減少色素斑,延緩皮膚衰老。

(1) 扁鵲三豆飲加減

【材料】綠豆、赤豆、黑糯米各12g、生地20g、白芍15g、生甘草9g。

【方法】將上述豆洗淨浸泡加入適量清水與生地、白芍一起煮沸一小時,可煎湯代茶,頻頻呷飲,並將煮爛的三種豆類空腹食用。

【功效】利水消腫、美膚消斑

【適應症】婦女因腎水不足、肝熱偏盛所致黃褐斑。



(2) 桃仁牛奶芝麻糊

【材料】核桃仁30g、牛乳300g、豆漿200g、黑芝麻20g。

【方法】先將核桃仁、黑芝麻放小磨中磨碎,與牛乳、豆漿調勻,放入鍋中煮沸,再加白糖適量,每日早晚各吃1小碗。

【功效】滋腎潤腸、美膚悅顏

【適應症】皮膚黃褐斑及皺紋皮膚。



編者按:中華醫藥版與香港註冊中醫學會合辦《辨證論治》專欄,邀請本地中醫師撰寫臨證心得,與讀者及同業分享、交流。專欄逢周五刊出,公眾假期順延,敬請留意。

香港註冊中醫學會專欄 隔周五刊出(雙周刊)下次刊出:4月30日